Analisis Neurobiologis Doktrin Keagamaan Ancaman, Imbalan, dan Pembentukan Fanatisme

Pendahuluan

Membedah Narasi Keyakinan Melalui Lensa Neurosains

Laporan ini menyajikan analisis mendalam terhadap mekanisme psikologis dan neurobiologis yang mendasari pembentukan, penguatan, dan radikalisasi keyakinan. Tujuan laporan ini bersifat ganda: pertama, melakukan pembedahan neurosaintifik yang terperinci terhadap sebuah narasi doktrinal spesifik untuk mengungkap bagaimana struktur linguistik dan kerangka konseptualnya berinteraksi dengan arsitektur otak manusia yang telah berevolusi. Kedua, menyediakan penjelasan yang dapat diakses secara luas bagi masyarakat umum mengenai mekanisme neural yang mendasari penguatan keyakinan jangka panjang dan fenomena fanatisme.

Analisis ini tidak dimaksudkan sebagai kritik teologis, melainkan sebagai sebuah penyelidikan ilmiah. Fokusnya adalah pada bagaimana narasi—dengan muatan ancaman, janji, dan makna—memanfaatkan sirkuit-sirkuit fundamental di dalam otak yang bertanggung jawab atas rasa takut, motivasi, ikatan sosial, dan pencarian makna. Dengan memahami interaksi ini, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih bernuansa tentang daya tarik dan kekuatan narasi doktrinal dalam membentuk perilaku manusia.

Pendekatan metodologis yang digunakan bersifat multi-lapis, menganalisis teks dari berbagai tingkatan. Tingkatan pertama mengkaji dampak literalnya terhadap sistem ancaman dan imbalan di otak. Tingkatan kedua mengeksplorasi peran simbolisnya dalam menciptakan makna dan efisiensi kognitif. Tingkatan terakhir menelusuri fungsi eksistensialnya dalam mengelola kecemasan fundamental manusia. Melalui pendekatan ini, laporan ini bertujuan untuk memetakan bagaimana sebuah narasi sederhana dapat tertanam begitu dalam di dalam lanskap neurobiologis individu, yang pada akhirnya dapat mengarah pada keyakinan yang tak tergoyahkan dan, dalam kasus-kasus ekstrem, fanatisme.

BAGIAN I

Analisis Neuro-Hermeneutika Terhadap Doktrin Ancaman dan Janji

Bagian ini akan membedah narasi doktrin yang diberikan secara sistematis, bergerak dari analisis dampak langsung pada tingkat neuro-linguistik menuju pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana narasi tersebut membentuk model kognitif dan memenuhi kebutuhan psikologis yang fundamental.

1.1. Lapisan Literal: Bahasa Ancaman, Ikatan Sosial, dan Sirkuit Rasa Takut di Otak

Pada tingkat yang paling dasar, narasi ini bekerja dengan mengaktifkan sirkuit-sirkuit saraf purba yang dirancang untuk merespons ancaman dan melindungi ikatan sosial. Efektivitasnya tidak terletak pada argumen logis, melainkan pada kemampuannya untuk memicu respons emosional dan fisiologis yang cepat dan kuat.

Analisis Neuro-Linguistik Ancaman

Narasi dimulai dengan frasa, *"Apabila seseorang sudah berani meninggalkan solat... Allah cabut keberkahan hidupnya."* Pilihan kata di sini sangatlah strategis dari perspektif neuro-linguistik. Penggunaan kata *"berani"* membingkai tindakan meninggalkan salat bukan sebagai kelalaian sederhana, melainkan sebagai sebuah pelanggaran yang disengaja dan menantang. Hal ini secara efektif mengubah audiens dari posisi pengamat pasif menjadi partisipan dalam sebuah drama moral, di mana tindakan tersebut adalah sebuah pembangkangan yang menuntut respons hukuman. Otak, yang sangat sensitif terhadap isyarat-isyarat pelanggaran norma sosial dan hierarki, mulai mempersiapkan diri untuk konsekuensi negatif.

Selanjutnya, frasa kerja aktif *"Allah cabut"* (Tuhan mencabut/merenggut) secara langsung mengaktifkan sistem deteksi ancaman di otak. Bahasa ini tidak bersifat pasif atau abstrak; ia menggambarkan tindakan yang agresif dan tiba-tiba yang menyiratkan hilangnya sesuatu yang berharga secara paksa. Secara neurobiologis, bahasa semacam ini diproses dengan cepat oleh **amigdala**, sebuah struktur kecil berbentuk almond di dalam sistem limbik yang berfungsi sebagai "sistem alarm pusat" otak.[1] Amigdala memiliki kemampuan luar biasa untuk memproses isyarat ancaman bahkan sebelum korteks prefrontal—pusat pemikiran rasional—sepenuhnya menyadari situasinya.[3]

Ketika amigdala mendeteksi ancaman, ia memicu serangkaian respons fisiologis yang dikenal

sebagai respons "lawan-atau-lari" (*fight-or-flight*).[1] Kelenjar adrenal melepaskan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin, denyut jantung meningkat, pernapasan menjadi lebih cepat, dan darah dialihkan ke otot-otot besar, mempersiapkan tubuh untuk menghadapi bahaya yang dirasakan.[2] Meskipun ancaman dalam narasi ini bersifat abstrak dan non-fisik (hilangnya "berkah"), amigdala tidak membedakannya. Ia merespons bahasa ancaman dengan cara yang sama seperti merespons ancaman fisik, menciptakan keadaan kegelisahan dan kecemasan yang nyata dan terasa di tubuh.[1] Aktivasi sirkuit rasa takut ini, yang membentang dari amigdala ke *periaqueductal gray* (PAG) di otak tengah, menghasilkan sensasi visceral yang tidak menyenangkan yang secara kuat memotivasi individu untuk mencari cara menghindari atau menghilangkan sumber ancaman tersebut.[3]

Amplifikasi Ancaman Melalui Ikatan Sosial

Narasi ini tidak berhenti pada ancaman pribadi. Ia secara brilian memperkuat dampak emosionalnya dengan mengaitkan ancaman tersebut pada unit sosial paling fundamental: keluarga. Penyebutan spesifik anggota keluarga—*"anaknya kah, suaminya kah, istrinya kah, apalagi satu keluarga, Masya Allah, paket lengkap"*—bukanlah sekadar daftar, melainkan sebuah pemicu neurobiologis yang kuat.

Manusia adalah spesies yang sangat sosial, dan otak kita dilengkapi dengan sirkuit-sirkuit khusus yang didedikasikan untuk membentuk dan memelihara ikatan sosial. Sirkuit ini sangat dimodulasi oleh neuropeptida seperti **oksitosin**, yang sering disebut sebagai "hormon ikatan".[5] Oksitosin dilepaskan selama interaksi sosial yang positif—seperti sentuhan, kontak mata, dan perasaan saling percaya—dan berfungsi untuk memperkuat kohesi dalam kelompok (*in-group*) serta meningkatkan naluri protektif terhadap anggota kelompok tersebut.[6]

Dengan membingkai ancaman dalam konteks keluarga, doktrin ini secara efektif membajak dorongan evolusioner yang kuat untuk melindungi orang-orang terkasih. Ancaman tersebut tidak lagi hanya tentang hilangnya "berkah" pribadi; ia ditransformasikan menjadi ancaman langsung terhadap kesejahteraan anak, pasangan, dan seluruh unit keluarga. Hal ini merekrut dorongan yang jauh lebih kuat daripada sekadar penyelamatan diri. Otak sekarang memproses kelalaian salat bukan hanya sebagai kegagalan spiritual individu, tetapi juga sebagai kegagalan dalam memenuhi peran evolusioner yang mendalam sebagai pelindung kerabatnya.[8] Rasa bersalah, kecemasan, dan ketakutan yang dihasilkan menjadi berlipat ganda karena kini melibatkan tanggung jawab terhadap orang lain.

Konstruksi doktrin ini merupakan contoh rekayasa neuro-retorika yang sangat efektif. Ia menciptakan apa yang bisa disebut sebagai "lapis ancaman" (*threat sandwich*) dengan menumpuk ancaman sosial (bahaya bagi keluarga) di atas ancaman eksistensial pribadi (hilangnya berkah). Lapisan dasar adalah ancaman pribadi: *"Allah cabut keberkahan."* Ini

mengaktifkan amigdala individu dan respons rasa takut.[2] Lapisan atas adalah ancaman sosial: *"anaknya, suaminya, istrinya."* Ini mengaktifkan sirkuit keterikatan dan perlindungan, yang kemungkinan besar melibatkan oksitosin dan sistem pengasuhan bawaan.[5]

Kombinasi kedua ancaman ini menghasilkan efek yang jauh lebih kuat daripada jumlah bagian-bagiannya. Ketakutan akan nasib diri sendiri diperkuat secara eksponensial oleh ketakutan akan nasib keluarga. Hal ini menciptakan keadaan kecemasan yang tinggi dan motivasi yang sangat kuat untuk menyelesaikan ancaman tersebut. Otak kini tidak hanya terdorong untuk menghindari hukuman pribadi, tetapi juga untuk memenuhi peran evolusioner yang tertanam dalam untuk melindungi kelompoknya. Aktivasi ganda ini membuat janji akan sebuah solusi yang akan datang—yaitu, kembali ke salat—menjadi sangat menarik dan sulit ditolak secara neurologis. Individu tersebut kini berada dalam kondisi yang sangat reseptif, secara aktif mencari jalan keluar dari keadaan tidak nyaman yang diciptakan oleh narasi tersebut.

1.2. Lapisan Simbolis: "Berkah" sebagai Imbalan Abstrak dan Efisiensi Kognitif

Setelah berhasil menciptakan keadaan ancaman dan kegelisahan, narasi ini kemudian memperkenalkan solusi dan imbalan yang dijanjikan. Namun, imbalan ini bukanlah sesuatu yang konkret atau langsung, melainkan sebuah konsep abstrak yang kuat yang berfungsi untuk merestrukturisasi cara otak memahami nilai dan memproses dunia.

"Berkah" sebagai Imbalan Sekunder (Tingkat Tinggi)

Narasi ini mendefinisikan *"berkah"* (berkah, rahmat ilahi) bukan sebagai imbalan primer yang nyata seperti makanan atau uang, melainkan sebagai **imbalan sekunder atau abstrak tingkat tinggi** yang sangat kuat.[11] Imbalan primer memuaskan kebutuhan biologis dasar, sedangkan imbalan sekunder memperoleh nilainya melalui asosiasi dan pembelajaran. Uang adalah contoh klasik imbalan sekunder; kertas itu sendiri tidak memiliki nilai intrinsik, tetapi ia mewakili akses ke berbagai imbalan primer.

Doktrin ini membawa konsep ini ke tingkat yang lebih tinggi. Ia secara eksplisit menghubungkan "berkah" dengan semua domain utama kehidupan: *"Rizki yang kita cari, usaha yang kita geluti, umur yang kita habiskan."* Dengan demikian, "berkah" diposisikan sebagai sebuah *meta-imbalan*—sebuah kondisi yang tidak hanya berharga dalam dirinya sendiri, tetapi juga yang menanamkan nilai, keberhasilan, dan makna pada semua pengejaran hidup lainnya. Kehadiran "berkah" membuat rezeki menjadi lebih baik, usaha lebih berhasil, dan umur lebih bermakna. Ketiadaannya membuat semua itu menjadi sia-sia.

Pengejaran tujuan-tujuan abstrak dan jangka panjang semacam ini diatur oleh **jalur dopamin**

mesokortikal. Jalur ini berawal dari *Ventral Tegmental Area* (VTA), pusat produksi dopamin di otak tengah, dan mengirimkan proyeksi ke **korteks prefrontal (PFC)**, terutama bagian ventromedial (vmPFC) dan dorsolateral (dlPFC).[12] PFC adalah pusat eksekutif otak, yang bertanggung jawab atas fungsi-fungsi kognitif tingkat tinggi seperti perencanaan strategis, evaluasi hasil potensial, penundaan kepuasan, dan pengambilan keputusan berdasarkan tujuan jangka panjang.[11] Doktrin ini secara efektif memprogram PFC untuk memprioritaskan perolehan "berkah" sebagai tujuan jangka panjang yang paling utama, mengalahkan tujuan-tujuan lain yang lebih duniawi.

Menciptakan Model Mental yang Efisien

Salah satu fungsi utama otak adalah untuk membangun model mental atau "skema" dunia yang memungkinkannya untuk memahami dan memprediksi peristiwa. Menurut **Teori Pengkodean Prediktif** (*Predictive Coding Theory*), otak pada dasarnya adalah mesin prediksi yang terus-menerus berusaha meminimalkan "kesalahan prediksi" (*prediction error*) atau kejutan.[14] Dunia yang tidak pasti, acak, dan kompleks menciptakan **beban kognitif** (*cognitive load*) yang tinggi, yang secara metabolik sangat mahal bagi otak.[15] Oleh karena itu, otak memiliki preferensi bawaan untuk model-model yang sederhana, dapat diprediksi, dan konsisten.

Narasi doktrin ini menawarkan model mental yang sangat efisien dan berbeban kognitif rendah:

- Melakukan salat → **Mendapat "berkah"** (yang mengarah pada kesuksesan, makna, dan hasil positif dalam hidup)
- Meninggalkan salat → **Keberkahan "dicabut"** (yang mengarah pada kegagalan, kesia-siaan, dan hasil negatif)

Model biner yang sederhana ini secara drastis mengurangi beban kognitif untuk menafsirkan peristiwa-peristiwa kehidupan yang seringkali acak dan kacau. Dalam kerangka ini, keberhasilan bukanlah hasil dari keberuntungan atau kerja keras semata, melainkan manifestasi dari "berkah" yang diperoleh melalui salat. Kegagalan, penyakit, atau kemalangan bukanlah nasib buruk yang acak, melainkan konsekuensi yang dapat diprediksi dari meninggalkan salat. Skema yang dapat diprediksi ini secara neurologis sangat efisien dan memberikan rasa kontrol dan pemahaman yang sangat menenangkan, sehingga mengurangi kecemasan yang terkait dengan ketidakpastian.[17] Otak tidak perlu lagi bergelut dengan kompleksitas kausalitas dunia nyata; ia memiliki satu variabel penjelas yang kuat untuk semua hasil.

Kekuatan doktrin ini terletak pada kemampuannya untuk mengubah tugas keagamaan menjadi "fungsi nilai" utama otak. Ia tidak hanya menawarkan sebuah imbalan; ia mendefinisikan ulang metrik yang digunakan otak untuk mengukur semua hasil kehidupan lainnya. Otak, khususnya korteks prefrontal ventromedial (vmPFC), terus-menerus mengevaluasi "nilai" subjektif dari

berbagai pilihan dan tujuan untuk memandu perilaku.[17] Doktrin ini menyajikan "berkah" sebagai nilai tertinggi dan paling mencakup, yang mengungguli dan memengaruhi semua nilai lainnya (kekayaan, kesuksesan, umur panjang).

Akibatnya, tindakan *salat* tidak lagi hanya salah satu dari banyak kewajiban; ia menjadi satu-satunya tindakan terpenting untuk memaksimalkan total imbalan masa depan yang dirasakan oleh otak. Ini secara fundamental mengubah kerangka analisis biaya-manfaat dari setiap keputusan. Beban kognitif dalam membuat pilihan hidup yang kompleks berkurang secara dramatis karena setiap keputusan dapat disederhanakan menjadi satu pertanyaan tunggal: "Apakah tindakan ini sejalan dengan pengejaran 'berkah' (yaitu, praktik salat)?" Ini adalah bentuk pengalihan kognitif (*cognitive offloading*) yang membuat sistem kepercayaan ini menjadi sangat "lengket" dan tahan terhadap tantangan. Ia menyediakan heuristik pengambilan keputusan yang sederhana dan kuat yang berlaku untuk setiap aspek kehidupan, menjadikannya alat kognitif yang sangat berharga.

1.3. Menenangkan Kecemasan Kematian dan Menciptakan Makna Hidup

Di luar mekanisme ancaman dan imbalan langsung, narasi ini menyentuh kebutuhan psikologis manusia yang paling dalam: kebutuhan untuk mengatasi kesadaran akan kematian dan untuk menemukan makna dalam keberadaan yang terbatas.

Manajemen Teror Eksistensial

Teori Manajemen Teror (*Terror Management Theory* - TMT) menyatakan bahwa kesadaran akan kefanaan kita sendiri—pengetahuan bahwa kita akan mati—menciptakan potensi kecemasan eksistensial yang melumpuhkan.[20] Untuk mengelola teror ini, manusia membangun dan berinvestasi dalam pandangan dunia budaya dan sistem kepercayaan yang memberikan rasa makna, nilai, dan keabadian simbolis (atau literal).[20] Sistem kepercayaan ini membantu individu merasa bahwa mereka adalah bagian dari sesuatu yang lebih besar dan lebih abadi daripada diri mereka yang fana.

Doktrin yang dianalisis secara langsung menjawab kebutuhan ini. Ia menawarkan kerangka kerja di mana kehidupan memiliki tujuan yang jelas (beribadah kepada Tuhan) dan melampaui kematian melalui konsep pengadilan ilahi, surga, dan neraka. Janji "berkah" dalam kehidupan ini secara implisit terkait dengan hasil yang positif di akhirat, sehingga memberikan penyangga yang kuat terhadap kecemasan akan kematian. Dengan mematuhi perintah (salat), individu tidak hanya mengamankan kesejahteraan di dunia tetapi juga memastikan kelangsungan hidup yang bermakna setelah kematian. Hal ini mengubah tindakan salat dari sekadar ritual harian menjadi partisipasi aktif dalam sebuah narasi kosmik yang mengalahkan kematian, yang

merupakan peredam kecemasan eksistensial yang sangat manjur.[22]

Pemicuan Sirkuit Imbalan Melalui Pengalaman Spiritual

Narasi ini ditutup dengan pernyataan: *"Dan keberkahan itu ada di dalam solat lima waktu... yang diterima oleh Nabi kita Muhammad SAW, di malam Isra wal-Mahrajah beliau."* Bagian ini tidak hanya memberikan landasan teologis tetapi juga menunjuk pada sumber imbalan yang paling kuat: pengalaman spiritual itu sendiri.

Tindakan salat, terutama ketika dilakukan dengan kekhusyukan dan pengabdian, dapat memicu pengalaman spiritual yang mendalam—perasaan terhubung dengan yang ilahi, transendensi diri, kedamaian, dan kekaguman (*awe*).[23] Bidang neuroteologi, yang mempelajari korelasi saraf dari pengalaman religius, telah menunjukkan bahwa keadaan seperti itu secara konsisten mengaktifkan sirkuit imbalan inti otak.[25] Studi pencitraan otak (fMRI) pada individu yang sedang berdoa atau bermeditasi menunjukkan peningkatan aktivitas di **nukleus akumbens (NAc)**, area yang sama yang diaktifkan oleh imbalan primer seperti makanan, seks, dan imbalan sekunder seperti uang, serta oleh pengalaman cinta, musik, dan bahkan obat-obatan adiktif.[25]

Aktivasi NAc ini disertai dengan pelepasan neurotransmitter seperti dopamin dan serotonin, yang menghasilkan perasaan senang, puas, dan sejahtera.[28] Hal ini menciptakan lingkaran umpan balik positif yang sangat kuat. Doktrin tersebut *meresepkan* sebuah tindakan (salat), pelaksanaan tindakan tersebut dapat *menghasilkan* keadaan neurokimia yang bermanfaat (pelepasan dopamin/serotonin), yang pada gilirannya secara fisiologis *memvalidasi* kebenaran janji doktrin tersebut ("keberkahan itu ada di dalam salat"). Keyakinan tersebut menjadi memperkuat dirinya sendiri pada tingkat biologis yang fundamental.[29] Pengalaman subjektif "merasakan berkah" menjadi terkait langsung dengan pelepasan neurotransmitter imbalan di otak, membuat hubungan antara tindakan dan hasil terasa nyata dan tak terbantahkan.

Kejeniusan utama dari doktrin ini terletak pada perpaduan antara motivator negatif (ketakutan akan kehilangan) dengan imbalan positif yang dihasilkan secara internal (pengalaman spiritual), menciptakan sebuah sistem yang bersifat wajib sekaligus sangat diinginkan. Ketakutan akan kehilangan "berkah" (dianalisis pada lapisan literal) mendorong individu untuk melakukan tindakan salat. Ini adalah motivasi berbasis penghindaran (*avoidance-based motivation*), di mana otak bekerja untuk menghindari hasil negatif.[30] Namun, pelaksanaan salat itu sendiri dapat mengarah pada pengalaman *numinous* atau transenden—perasaan kekaguman dan keterhubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri—yang secara intrinsik sangat bermanfaat, mengaktifkan NAc dan PFC.[25] Ini adalah motivasi berbasis pendekatan (*approach-based motivation*), di mana otak bergerak menuju hasil yang positif.[3]

Keterlibatan sistem ganda ini—sistem penghindaran yang didorong oleh amigdala dan sistem

pendekatan yang didorong oleh dopamin—menciptakan struktur keyakinan yang luar biasa stabil. Individu didorong menjauh dari ketidakpatuhan oleh rasa takut dan ditarik menuju kepatuhan oleh antisipasi imbalan yang mendalam. Seiring waktu, motivasi dapat bergeser dari yang utamanya berbasis rasa takut menjadi pencarian imbalan. Seseorang tidak lagi salat hanya untuk menghindari hukuman, tetapi karena tindakan itu sendiri telah menjadi sumber utama makna, tujuan, dan kepuasan neurokimia. Pada titik ini, keyakinan tersebut menjadi sangat terisolasi dari tantangan logis, karena ia tidak lagi didasarkan pada proposisi yang dapat diperdebatkan, melainkan pada siklus pengalaman fisiologis yang berulang dan memperkuat diri.

BAGIAN II

Mesin Keyakinan
Bagaimana Otak Manusia Menjadi Fanatik

Bagian ini akan menjelaskan, dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, bagaimana proses yang sama yang membuat sebuah keyakinan menjadi kuat dapat, dalam kondisi tertentu, meningkat menjadi fanatisme. Kita akan menggunakan analogi untuk memahami cara kerja otak kita.

2.1. Otak Kita adalah Mesin Prediksi yang Haus Kepastian

Bayangkan otak Anda seperti baterai ponsel. Tujuan utamanya adalah untuk menghemat energi agar bisa bertahan sepanjang hari. Berpikir keras tentang hal-hal baru yang rumit dan tidak pasti akan menguras baterai dengan sangat cepat. Sebaliknya, melakukan hal-hal yang sudah biasa dan dapat diprediksi seperti membuka aplikasi media sosial favorit Anda, hanya menggunakan sedikit daya. Otak kita menyukai "mode hemat daya" ini.[15]

Untuk menghemat energi, otak menciptakan "peta mental" atau **skema** untuk segala hal. Peta ini adalah jalan pintas yang memberi tahu kita apa yang harus diharapkan dan bagaimana harus bereaksi tanpa perlu berpikir dari awal setiap saat. Sebuah doktrin atau ideologi yang kuat bekerja seperti aplikasi GPS yang sangat canggih dan sederhana untuk kehidupan. Ia memberikan peta yang jelas: "Jika kamu melakukan A, maka B akan terjadi. Jika tidak, C akan terjadi." Peta ini menghilangkan ketidakpastian yang menguras energi. Memiliki jawaban yang pasti dan sederhana untuk pertanyaan-pertanyaan besar dalam hidup ("Mengapa hal buruk terjadi?" "Apa tujuan hidup saya?") terasa sangat melegakan dan aman bagi otak. Ini mengurangi apa yang disebut ilmuwan sebagai **"beban kognitif"**, atau upaya mental yang diperlukan untuk memproses informasi.[14] Semakin sederhana dan mencakup segalanya sebuah doktrin, semakin menarik doktrin itu bagi otak kita yang haus akan kepastian dan efisiensi.

2.2. Dopamin: Bahan Bakar Motivasi, Bukan Sekadar Rasa Senang

Banyak orang salah mengira **dopamin** sebagai "molekul kebahagiaan." Sebenarnya, lebih akurat untuk menyebutnya "molekul motivasi." Bayangkan Anda melihat sepotong kue lezat di toko. Dopamin bukanlah perasaan nikmat saat Anda memakannya. Dopamin adalah perasaan antisipasi yang kuat yang membuat Anda berjalan masuk ke toko, mengeluarkan uang, dan membeli kue itu. Ini adalah bahan bakar kimia yang mendorong kita untuk *mengejar* imbalan.[3]

Ilmuwan membedakan antara **"menginginkan" (*wanting*)** dan **"menyukai" (*liking*)**. Dopamin adalah pendorong utama di balik "menginginkan." Ia menciptakan hasrat, fokus, dan dorongan untuk bertindak. Perasaan "menyukai" atau kenikmatan itu sendiri lebih banyak melibatkan bahan kimia lain di otak, seperti opioid endogen (mirip dengan morfin alami tubuh). Inilah mengapa seseorang bisa sangat termotivasi untuk terus-menerus memeriksa ponselnya ("menginginkan" notifikasi baru), meskipun tindakan itu sendiri tidak lagi memberinya banyak kegembiraan ("menyukai").[3] Pemahaman ini sangat penting untuk mengerti mengapa seseorang bisa terjebak dalam perilaku kompulsif, termasuk fanatisme.

2.3. Jalan Menuju Fanatisme: Saat Kebutuhan Dopamin Terus Meningkat

Bagaimana keyakinan yang kuat berubah menjadi fanatisme? Jawabannya terletak pada bagaimana otak beradaptasi terhadap stimulasi jangka panjang, sebuah proses yang sangat mirip dengan kecanduan.

Mari kita gunakan analogi kopi pagi. Saat pertama kali Anda minum kopi, satu cangkir kecil sudah cukup untuk membuat Anda merasa segar dan berenergi. Namun, jika Anda minum kopi setiap hari selama setahun, Anda mungkin membutuhkan tiga cangkir hanya untuk merasa "normal" dan tidak mengantuk. Ini disebut **toleransi**. Otak Anda telah beradaptasi dengan kehadiran kafein; ia mengurangi sensitivitasnya sehingga Anda memerlukan dosis yang lebih tinggi untuk mendapatkan efek yang sama.[35]

Indoktrinasi jangka panjang yang intensif bekerja seperti memberikan "stimulan mental" yang sangat kuat dan konsisten kepada otak. Perasaan memiliki tujuan yang agung, menjadi bagian dari kelompok yang istimewa, dan memiliki semua jawaban atas teka-teki kehidupan memicu pelepasan dopamin yang besar.[25] Ini terasa sangat memotivasi dan memuaskan.

Namun, seiring waktu, otak mulai beradaptasi dengan "dosis" dopamin yang tinggi ini. Ia mengurangi jumlah reseptor dopaminnya sendiri dan menjadi kurang responsif. Akibatnya, kesenangan-kesenangan sederhana dalam kehidupan sehari-hari—makan enak, mengobrol dengan teman, menikmati hobi—mulai terasa hambar dan tidak memuaskan. Aktivitas-aktivitas ini hanya melepaskan dopamin dalam jumlah normal, yang tidak lagi cukup untuk "mendaftarkan" rasa puas di otak yang sudah terbiasa dengan stimulasi tinggi.[35] Ini adalah kondisi yang disebut **"sindrom defisiensi imbalan"** (*reward deficiency syndrome*), di mana hanya ideologi tersebut yang dapat memberikan sinyal dopamin yang cukup kuat untuk membuat seseorang merasa termotivasi dan hidup.[36]

Pada titik ini, seseorang menjadi bergantung secara neurobiologis pada doktrin tersebut. Untuk mendapatkan "tendangan" motivasi yang sama seperti dulu, mereka membutuhkan "dosis" yang lebih kuat. Dalam konteks keyakinan, "dosis" yang lebih kuat ini berarti perilaku yang lebih

ekstrem: kepatuhan yang lebih kaku terhadap aturan, partisipasi dalam ritual yang lebih intens, mencari pengakuan terus-menerus dari sesama anggota kelompok, dan secara agresif membela keyakinan dari setiap kritik. Kebutuhan yang terus meningkat inilah yang mendorong transisi dari seorang penganut yang taat menjadi seorang fanatik.[35]

Untuk memperjelas mengapa imbalan dari sebuah doktrin bisa menjadi begitu kuat, mari kita bandingkan dengan imbalan alami dalam tabel berikut.

Tabel 1: Perbandingan Imbalan Alami vs. Imbalan Doktrin Jangka Panjang

Karakteristik	Imbalan Alami (Contoh: Makanan Enak)	Imbalan Doktrin (Contoh: "Berkah" atau "Keselamatan")
Sifat	Konkret, Fisik	Abstrak, Eksistensial
Cakupan	Terbatas (misalnya, hanya memuaskan rasa lapar)	Menyeluruh (mencakup semua aspek kehidupan dan akhirat)
Durasi Efek	Singkat, Cepat Hilang	Terus-menerus, Abadi
Prediktabilitas	Bervariasi (kadang enak, kadang tidak)	Dijanjikan Pasti (jika syarat dipenuhi)
Efek pada Dopamin (Awal)	Pelepasan normal, memuaskan	Pelepasan kuat karena antisipasi makna yang besar
Efek pada Dopamin (Jangka Panjang)	Kebutuhan stabil	Kebutuhan meningkat (toleransi), kesenangan biasa jadi hambar

2.4. "Korsleting Mental": Apa yang Terjadi Saat Keyakinan Fanatik Ditentang?

Apa yang terjadi di dalam otak seorang fanatik ketika keyakinan inti mereka ditentang dengan bukti atau argumen yang kuat?

Bayangkan keyakinan inti seseorang seperti fondasi sebuah rumah. Menantang keyakinan yang tidak terlalu penting itu seperti mengkritik warna cat dinding; mungkin sedikit mengganggu, tetapi mudah untuk diubah. Namun, menantang keyakinan fanatik sama seperti mengatakan bahwa seluruh fondasi rumah itu retak dan akan segera runtuh. Ini tidak dirasakan sebagai diskusi, melainkan sebagai ancaman eksistensial yang dahsyat.[38]

Ketika otak dihadapkan pada dua ide yang bertentangan—misalnya, "Keyakinan saya adalah kebenaran mutlak" versus "Bukti ini menunjukkan keyakinan saya mungkin salah"—terjadilah "korsleting mental." Dalam psikologi, ini disebut **Disonansi Kognitif**. Ini adalah perasaan tidak nyaman, tegang, dan gelisah yang sangat kuat, seperti alarm kebakaran yang berbunyi nyaring

di dalam kepala Anda.[39] Otak membenci keadaan ini dan akan melakukan apa saja untuk mematikan alarm tersebut secepat mungkin.

Ada empat cara utama, dari yang paling sulit hingga yang paling mudah, bagi otak untuk mematikan alarm disonansi ini:

1. **Mengubah Perilaku atau Keyakinan (Paling Sulit):** Ini berarti mengakui, "Mungkin saya salah," dan mulai merombak total "fondasi rumah" mental mereka. Bagi kebanyakan orang, ini sudah sulit. Bagi seorang fanatik, yang seluruh identitas dan sistem dopaminnya bergantung pada keyakinan itu, ini terasa seperti "kematian ego" atau penghancuran diri. Ini membutuhkan energi mental yang luar biasa besar dan karena itu sangat jarang terjadi.[39]
2. **Menambah Alasan Baru untuk Membenarkan Diri (Lebih Mudah):** Daripada mengubah fondasi, lebih mudah untuk menambahkan "penyangga" baru. Otak mulai mencari-cari pembenaran: "Orang yang menentang saya ini pasti punya niat jahat," "Ini adalah ujian dari Tuhan untuk menguji iman saya," atau "Sumber bukti itu tidak dapat dipercaya." Proses ini disebut **Bias Konfirmasi** (*Confirmation Bias*), yaitu kecenderungan alami kita untuk secara aktif mencari informasi yang mendukung apa yang sudah kita yakini dan mengabaikan atau menolak informasi yang bertentangan dengannya.[43]
3. **Menganggap Remeh Penentangan (Paling Mudah):** Ini adalah jalan pintas termudah. Otak hanya memutuskan bahwa informasi yang bertentangan itu tidak penting, tidak relevan, atau konyol. "Ah, itu hanya pendapat," atau "Mereka tidak akan mengerti." Dengan mengecilkan arti penting dari bukti yang menantang, konflik di dalam kepala mereda tanpa perlu usaha mental yang berarti.[46]
4. **Menghilangkan Sumber Disonansi Secara Fisik (Paling Ekstrem):** Bagi seorang fanatik sejati, ketika mekanisme mental di atas gagal memadamkan alarm disonansi yang menyakitkan, otak dapat beralih ke solusi yang paling final: menghilangkan sumber ancaman itu sendiri secara fisik.[11] Pada tahap ini, individu tersebut bisa "lepas kontrol" dan bertindak tanpa memikirkan konsekuensi hukum atau pidana. Ancaman terhadap keyakinan tidak lagi diproses sebagai argumen untuk dilawan, melainkan sebagai serangan yang harus dimusnahkan. Perilaku ekstrem ini dapat berupa agresi, kekerasan, atau bahkan pembunuhan.[12] Tujuannya adalah untuk membungkam suara atau menghilangkan bukti yang menyebabkan "korsleting mental" tersebut secara permanen. Yang membuat ini sangat berbahaya adalah bahwa ideologi itu sendiri sering kali menyediakan pembenaran untuk tindakan tersebut. Kekerasan tidak lagi dilihat sebagai kejahatan, melainkan dibingkai ulang sebagai tindakan suci—seperti "jihad" atau "berperang melawan kafir"—untuk membela ajaran yang "dihina" atau "ditantang".[12] Dengan demikian, tindakan kekerasan itu sendiri menjadi cara terakhir dan paling ampuh untuk meredakan disonansi kognitif, mengubah perasaan terancam menjadi perasaan benar dan berkuasa.

Bagi seorang fanatik sejati, ada fenomena yang lebih ekstrem lagi. Menantang keyakinan mereka tidak hanya membuat mereka defensif, tetapi justru bisa membuat keyakinan mereka menjadi *lebih kuat*. Ini disebut **Efek Bumerang** (*Backfire Effect*). Ketika diserang, sistem ancaman otak (amigdala) aktif. Perjuangan mental untuk melawan "serangan" terhadap keyakinan mereka memicu pelepasan hormon stres dan adrenalin. Mengalahkan tantangan tersebut memberikan lonjakan dopamin yang memuaskan. Otak salah menafsirkan gejolak neurokimia ini sebagai bukti betapa penting dan benarnya keyakinan tersebut. Akibatnya, menantang mereka justru memperkuat keyakinan mereka, seolah-olah menyiram bensin ke dalam api.[38]

Kesimpulan

Sintesis Doktrin, Otak, dan Perilaku Manusia

Analisis ini telah menunjukkan bagaimana sebuah narasi doktrinal dapat berinteraksi secara mendalam dengan arsitektur neurobiologis otak manusia. Dengan menghubungkan analisis spesifik dalam Bagian I dengan prinsip-prinsip umum dalam Bagian II, sebuah gambaran yang koheren muncul. Narasi doktrin yang dibedah adalah contoh sempurna dari mekanisme yang dijelaskan: ia secara ahli menggunakan rasa takut (mengaktifkan amigdala), janji imbalan abstrak (membajak jalur dopamin mesokortikal dan PFC), tekanan ikatan sosial (memanfaatkan sirkuit oksitosin), dan penyediaan skema sederhana (mengurangi beban kognitif) untuk menanamkan dirinya ke dalam pikiran pendengar. Ini adalah ilustrasi praktis tentang bagaimana proses indoktrinasi dimulai dan diperkuat pada tingkat saraf.

Lebih jauh lagi, pemahaman tentang adaptasi otak jangka panjang—seperti toleransi dopamin dan sindrom defisiensi imbalan—menjelaskan lintasan dari keyakinan yang kuat menuju fanatisme. Ketika otak menjadi bergantung pada "stimulan mental" dari sebuah ideologi untuk merasakan motivasi dan tujuan, kebutuhan akan "dosis" yang lebih kuat secara tak terelakkan mendorong individu ke arah perilaku yang lebih ekstrem dan kaku. Fenomena disonansi kognitif dan efek bumerang kemudian berfungsi sebagai mekanisme pertahanan yang kuat, mengisolasi keyakinan fanatik dari tantangan eksternal dan bahkan memperkuatnya saat diserang.

Implikasi yang lebih luas dari analisis ini sangatlah signifikan. Ia mengungkapkan bahwa kerentanan manusia terhadap narasi doktrinal yang kuat bukanlah tanda kelemahan atau kurangnya kecerdasan, melainkan konsekuensi yang tak terhindarkan dari cara otak kita berevolusi. Kehausan otak akan kepastian, kerentanannya terhadap pembajakan sistem imbalan, dan kebutuhannya yang mendalam akan makna dan hubungan sosial menjadikannya lahan yang subur bagi ideologi yang dirancang dengan baik. Memahami kerentanan neurobiologis ini bukanlah untuk mendiskreditkan keyakinan itu sendiri, melainkan untuk menumbuhkan kesadaran yang lebih dalam tentang kekuatan kognitif dan emosional yang membentuk keyakinan kita yang paling mendalam. Pada akhirnya, pemahaman ini dapat menjadi langkah pertama menuju pengembangan ketahanan kognitif terhadap manipulasi dan pembinaan dialog yang lebih berempati di antara pandangan dunia yang berbeda.

Kutipan:

1. Understanding Emotions: Origins and Roles of the Amygdala - MDPI, accessed November 2, 2025, https://www.mdpi.com/2218-273X/11/6/823
2. Amygdala: What It Is and What It Controls - Cleveland Clinic, accessed November 2, 2025, https://my.clevelandclinic.org/health/body/24894-amygdala
3. Affective Neuroscience - Noba Project, accessed November 2, 2025, https://nobaproject.com/modules/affective-neuroscience
4. How the brain perceives threats and transforms them into fear - Medical News Today, accessed November 2, 2025, https://www.medicalnewstoday.com/articles/how-the-brain-gathers-threat-cues-and-turns-them-into-fear
5. (PDF) Self-Reported Spirituality Correlates With Endogenous Oxytocin - ResearchGate, accessed November 2, 2025, https://www.researchgate.net/publication/273481854_Self-Reported_Spirituality_Correlates_With_Endogenous_Oxytocin
6. Effects of oxytocin administration on spirituality and emotional ..., accessed November 2, 2025, https://academic.oup.com/scan/article/11/10/1579/2413952
7. Affective and biological predictors of religiosity and spirituality - Sites@Duke Express, accessed November 2, 2025, https://sites.duke.edu/bablab/research/religion-spirituality-emotions/
8. The Evolution of Tribalism: A Social-Ecological Model of Cooperation and Inter-Group Conflict Under Pastoralism - JASSS, accessed November 2, 2025, https://www.jasss.org/22/2/6.html
9. Tribalism Is Human Nature, accessed November 2, 2025, https://cpb-us-e2.wpmucdn.com/sites.uci.edu/dist/1/863/files/2019/10/Clark-et-al-2019.pdf
10. The Tribal Instinct Hypothesis - Mark van Vugt, accessed November 2, 2025, https://www.professormarkvanvugt.com/images/files/TheTribalInstinctHypothesis.pdf
11. Neuroanatomy of Dopamine: Reward and Addiction | The Journal of ..., accessed November 2, 2025, https://psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.neuropsych.24.1.1
12. Reward system - Wikipedia, accessed November 2, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Reward_system
13. Brain Reward System - Simply Psychology, accessed November 2, 2025, https://www.simplypsychology.org/brain-reward-system.html
14. Predictive coding - Wikipedia, accessed November 2, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Predictive_coding
15. Cognitive Load Theory, accessed November 2, 2025, https://www.mcw.edu/-/media/MCW/Education/Academic-Affairs/OEI/Faculty-Quick-Guides/Cognitive-Load-Theory.pdf
16. Cognitive Load Theory - ResearchGate, accessed November 2, 2025, https://www.researchgate.net/publication/279149314_Cognitive_Load_Theory
17. Neurobiology of Belief → Term - Lifestyle → Sustainability Directory, accessed November 2, 2025, https://lifestyle.sustainability-directory.com/term/neurobiology-of-belief/
18. Toward a Neurobiology of Delusions - PMC - PubMed Central, accessed November 2, 2025, https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3676875/
19. Cognitive Load Theory | The View from 518, accessed November 2, 2025, https://theviewfrom518.com/2025/01/16/cognitive-load-theory/
20. Terror management theory - Wikipedia, accessed November 2, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Terror_management_theory
21. Why Religion Exists - The Philosophy Forum, accessed November 2, 2025, https://thephilosophyforum.com/discussion/15554/why-religion-exists
22. Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications - PubMed Central, accessed November 2, 2025, https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3671693/
23. William James was right about our strange inner experiences | Psyche Ideas, accessed November 2, 2025, https://psyche.co/ideas/william-james-was-right-about-our-strange-inner-experiences
24. Why bad Moods Matter. William James on Melancholy, Mystic Emotion, and the Meaning of Life - PMC - PubMed Central, accessed November 2, 2025, https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6086273/
25. Your Brain on God | Psychology Today, accessed November 2, 2025, https://www.psychologytoday.com/us/blog/mind-in-the-machine/202010/your-brain-god
26. This is your brain on God: Spiritual experiences activate brain ..., accessed November 2, 2025, https://www.sciencedaily.com/releases/2016/11/161129085014.htm
27. (PDF) Intersection Between Spirituality and Neuroscience: Biological Bases of Transcendental Experiences - ResearchGate, accessed November 2, 2025, https://www.researchgate.net/publication/374148103_Intersection_Between_Spirituality_and_Neuroscience_Biological_Bases_of_Transcendental_Experiences
28. The Neuroscience of the Sacred: Exploring the Mechanisms Behind Religious Experience | by Boris (Bruce) Kriger | GLOBAL SCIEN CE NEWS | Medium, accessed November 2, 2025, https://medium.com/global-science-news/the-neuroscience-of-the-sacred-exploring-the-mechanisms-behind-religious-experience-fc56e1742f4a
29. New Neuroscientific Systematic Review Shows: Religion Lives in the Brain, Not in the Heavens : r/agnostic - Reddit, accessed November 2, 2025, https://www.reddit.com/r/agnostic/comments/1mu9vi8/new_neuroscientific_systematic_review_shows/
30. The neural reward that makes avoiding your fears feel so good | Psyche Ideas, accessed November 2, 2025, https://psyche.co/ideas/the-neural-reward-that-makes-avoiding-your-fears-feel-so-good
31. The Numinous and Neurology - WyoScholar, accessed November 2, 2025, https://wyoscholar.uwyo.edu/bitstreams/7165a2ef-7f62-460d-9203-f7e2c8f87101/download
32. Mystical or religious experience - Wikipedia, accessed November 2, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Mystical_or_religious_experience
33. What is the role of dopamine in reward pathways? - Patsnap Synapse, accessed November 2, 2025, https://synapse.patsnap.com/article/what-is-the-role-of-dopamine-in-reward-pathways
34. Dopamine-Driven Goal Setting: Motivating Change with Neuroscience, accessed November 2, 2025, https://braintrustgrowth.com/dopamine-driven-goal-setting-motivating-change-with-neuroscience/
35. Neuroscience and addiction: Unraveling the brain's reward system | Penn LPS Online, accessed November 2, 2025, https://lpsonline.sas.upenn.edu/features/neuroscience-and-addiction-unraveling-brains-reward-system
36. Addictive Behaviors Restructure Your Brain's Dopamine System | by AI_ML | Medium, accessed November 2, 2025, https://medium.com/@machine_learn/addictive-behaviors-restructure-your-brains-dopamine-system-3f9cdab8339a
37. Why Do We Keep Doing Things That Don't Feel Rewarding? - Technology Networks, accessed November 2, 2025, https://www.technologynetworks.com/neuroscience/news/why-do-we-keep-doing-things-that-dont-feel-rewarding-399635
38. Cognitive Biases and Brain Biology Help Explain Why Facts Don't Change Minds, accessed November 2, 2025, https://today.uconn.edu/2022/08/cognitive-biases-and-brain-biology-help-explain-why-facts-dont-change-minds-2/
39. Cognitive Dissonance - American Psychological Association, accessed November 2, 2025, https://www.apa.org/pubs/books/Cognitive-Dissonance-Intro-Sample.pdf
40. Cognitive Dissonance Theory | Research Starters - EBSCO, accessed November 2, 2025, https://www.ebsco.com/research-starters/social-sciences-and-humanities/cognitive-dissonance-theory
41. Cognitive Dissonance Theory: A review - TheoryHub - Newcastle University, accessed November 2, 2025, https://open.ncl.ac.uk/theories/7/cognitive-dissonance-theory/
42. Cognitive Dissonance In Psychology: Definition and Examples, accessed November 2, 2025, https://www.simplypsychology.org/cognitive-dissonance.html
43. Confirmation Bias - The Decision Lab, accessed November 2, 2025, https://thedecisionlab.com/biases/confirmation-bias
44. Confirmation bias - Wikipedia, accessed November 2, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Confirmation_bias
45. Confirmation Bias In Psychology: Definition & Examples, accessed November 2, 2025, https://www.simplypsychology.org/confirmation-bias.html
46. Cognitive Dissonance - The Decision Lab, accessed November 2, 2025, https://thedecisionlab.com/biases/cognitive-dissonance